

# 在 COVID-19 疫情期間懷孕： 您對醫療保健團隊的期望

您的醫療保健團隊——包括您的醫生、助產士、護士和導樂——可能已經改變了為您提供護理的方式，以確保您和寶寶在疫情期間保持安全。以下是您在接受護理時可以期待的一些事情。

## 您對醫療保健團隊的期望

### 分娩前

從您第一次懷孕到順利生下寶寶，您都會從醫療團隊那裡獲得產前護理。重要的是在懷孕初期就開始產前護理，以保持您和寶寶的健康。您的醫生、助產士、護士或導樂會在每次就診時對您和嬰兒進行檢查。產前檢查還可以讓您提出問題並談論個人懷孕感受。

#### 與您的醫療保健團隊討論：

- 如果您認為自己臨產，該給誰打電話。
- 當您到達醫院或產康中心生產時會發生什麼。
- 如何餵養您的寶寶（母乳餵養、擠奶、捐贈母乳，或配方奶）。



如果您處於懷孕、備孕或哺乳階段，建議接種 COVID-19 疫苗。與您的醫生、助產士或護士討論哪種 COVID-19 疫苗適合您。您還可以在 [CDC 網站](#) 上瞭解有關在懷孕或哺乳期間接種 COVID-19 疫苗的更多資訊。

#### 一些值得期待的事情：

- 您可以透過遠端醫療與醫生、助產士、護士或導樂會面，而不是親自前往，以降低感染 COVID-19 的風險。遠端醫療是指您使用電話或電腦與醫療團隊交談。
- 您可能會在就診前被詢問 COVID-19 症狀，或在您到達辦公室時檢查是否出現症狀。
- 您在就診期間可能需要戴口罩，您見到的每個人也可能都戴口罩。
- 您可能會也可能不會帶其他人來就診。詢問您的支援人員或其他家庭成員是否可以透過電話或視訊就診。
- 您可能已經做過驗血和超聲檢查等檢查，以明確您和寶寶的健康狀況。
- 幫助您為寶寶做好準備的產前課程可能是虛擬的（線上）而不是面對面授課。



## 在臨產和分娩期間

以下是一些值得期待的事情：



- 在您分娩前，可能會在醫院或產康中心接受 COVID-19 檢測。
- 根據新澤西州的規定，即使您患有 COVID-19，您在整個住院期間也可以有一名支援人員和導樂陪伴您。但您的支援人員和導樂不能患有 COVID-19 或出現 COVID-19 症狀。詢問是否允許其他訪客。



- 在您住院期間，您的支援人員可能會接受 COVID-19 症狀檢查。
- 在您離開房間或工作人員進入您的房間時，您和您的支援人員可能必須戴上口罩。
- 您可能需要在大多數或所有就診期間留在您的房間裡。



## 產後

產後護理是在您分娩後由醫生、助產士或護士為您提供的護理。在您康復期間，您可能會出現不少變化，並且仍然可能出現嚴重的健康問題，例如出血和感染。獲得產後護理以保持健康、提出您正在考慮的問題並談論您的感受非常重要。

以下是一些值得期待的事情：



- 產後護理通常會在您生產後持續六到八週，但也可以持續更長時間。
- 如果您出現 COVID-19 的症狀或被告知您患有 COVID-19，您可能需要在靠近寶寶時戴上口罩以防止寶寶生病。您仍然可以母乳餵養您的寶寶。
- 以下是您的醫生、助產士或護士在您生產後會與您討論的一些話題。按一下連結以瞭解更多資訊：



- 餵養寶寶。
- 如何判斷您的寶寶是否獲得了足夠的母乳（[英語](#)和[西班牙語](#)）。
- 讓您的寶寶仰臥睡覺，以確保睡覺時的安全。
- 順產或剖腹產的癒合及其他恢復資訊。
- 您和寶寶的 COVID-19 跡象和症狀。
- 生產後您可能會感覺到的可能對健康造成嚴重影響的症狀（例如持續頭痛或體溫達到 100.4 華氏度或更高）。如果您出現任何這些症狀，請立即致電您的醫生、護士或助產士。



本出版物由美國衛生和公眾服務部 (U.S. Department of Health and Human Services, HHS) 衛生資源和服務管理局 (Health Resources and Services Administration, HRSA) 贊助，作為 \$10,361,110.00 獎勵總額的一部分。內容屬於作者觀點，不一定代表 HRSA、HHS 或美國政府的官方觀點或認可。

如果您沒有護理提供者，請於以下網站尋找社區導覽員或聯絡追蹤人員：<https://211.unitedway.org/services/covid19>。

在此處尋找語言翻譯和 TTY 服務：<https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>。